

# 2022年・12月分

重兵衛スポーツフィールド 中台

# 教室 予 定 表

日	月	火	水	木	金	土									
				1	2	3									
★ 予約には事前の会員登録が必要です。 ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。 ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。				セルフ整体ストレッチ 10:00	ピラティス 14:00	中台・ナイトヨガ 19:00	ランチタイム・ヨガ 11:45	スッキリ・ヨガ 13:15	ヨガ 15:00						
4	5	6	7	8	9	10									
休館日		元気はつらつ体操 10:00	ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	セルフ整体ストレッチ 10:00	骨盤体操 14:00									
11	12	13	14	15	16	17									
	モーニングヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	中台・ナイトヨガ 19:00	元気はつらつ体操 10:00	ピラティス 14:00	健康リズム体操 13:30	筋膜リリース 19:00	セルフ整体ストレッチ 10:00	フィットネス体操 10:00	ピラティス 14:00	ランタンヨガ 19:00	椅子ヨガ 10:00	ランチタイム・ヨガ 11:45	スッキリ・ヨガ 13:15	ヨガ 15:00
18	19	20	21	22	23	24									
	モーニングヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	元気はつらつ体操 10:00	ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00										
25	26	27	28	29	30	31									
	モーニングヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	中台・ナイトヨガ 19:00	ピラティス 14:00	参加費 市内…500円 市外…600円	年末年始の開館時間 12月29日(木)～12月31日(土) 9:00～17:00 1月2日(月)～1月3日(火) 9:00～17:00									

予約申込等は下記QRコードより

パソコン・スマートフォン  
QRコード



フューチャーフォン  
QRコード



ログインID

パスワード

\*変更または中止になる場合があります

申込開始日	
12月分	11月7日(月)
1月分	12月5日(月)
2月分	1月16日(月)

12月分予約開始日11月7日です！